



Bei den FIT-Kursen treffen sich Frauen vieler Kulturen.

Foto: Stadt Regensburg, Peter Ferstl

Mit Spaß fit in den Frühling

Kooperationsprojekt FIT Regensburg bietet Frauen mit wenig Geld Bewegungsmöglichkeiten

Regensburg (rs). Um Frauen mit wenig Geld die Teilnahme an Sportangeboten ermöglichen zu können, bietet das Kooperationsprojekt FIT, Frauenintegrationsprojekt FIT, Frauenintegration durch Sport mit Spaß, ab Januar wieder vielfältige Bewegungsmöglichkeiten für Frauen mit und ohne Migrationshintergrund. Angeboten werden zum Beispiel Yoga, Mix Dance Fitness

und Pilates. Auch für die reifere Frau gibt es ein Angebot: Yoga für Frauen 50+.

Wer noch nicht Radfahren kann, kann es bei FIT lernen. Alle Kurse sind kostengünstig und zum Teil mit Kinderbetreuung beziehungsweise es gibt eine Spielecke für Kinder. Natürlich ist auch wieder ein Schwimm-

kurs für Anfängerinnen im Angebot. Er findet während der Frauenbadezeit im Städtischen Hallenbad statt.

FIT wirbt außerdem für das wöchentliche Schwimmangebot für Frauen und Mädchen ab zwölf Jahre im Städtischen Hallenbad, das auf Anregung des Projektes eingeführt wurde. Je-

den Donnerstag von 16.30 bis 18.30 Uhr ist das Städtische Hallenbad nur für Frauen geöffnet, an jedem ersten Donnerstag im Monat gibt es ausschließlich weibliche Aufsicht im Schwimmbereich.

► **Den Programmflyer gibt es in den Bürgerbüros und auf www.regensburg.de**